



# NUEVE MESES DE EDAD

## EXAMEN DE BIENESTAR DE 9 MESES

### ALIMENTANDO A SU BEBE

- AMAMANTE A DEMANDA O CAN FORMULA FORTIFICADA CON HIERRO
- DELE 3 COMIDAS Y 2-3 MERIENDAS AL DÍA
  - NO LE DE ALIMENTOS QUE “CRUJAN”, PORQUE PUEDEN CAUSAR ASFIXIA.
  - DELE MAS ALIMENTOS DE MESA.
- DESTETE EL BIBERÓN A LOS 12 MESES.
- NO LE DÉ JUGO A SU BEBE.
- NO LECHE DE VACA O MIEL HASTA 1 AÑO DE EDAD

### DESARROLLO DEL BEBE

- SE SIENTA SIN SOPORTE
- PUEDE GATEAR (NO TODOS LOS BEBES GATEAN)
- SE JALA PARA PARARSE Y SE MUEVE
- RECOGE OBJETOS PEQUEÑOS
- ¡LAS RUTINAS CON BUENAS PARA EL BEBE!
- EL DESPERTAR POR LA NOCHE ES NORMAL, PERO PERMITA QUE EL BEBE SE CALME POR SI MISMO

### COMPORTEAMIENTO

- ¡NUESTROS ASESORES DE SALUD CONDUCTUAL ESTÁN DISPONIBLES PARA HABLAR SOBRE TÉCNICAS DE CRIANZA, COMPORTEAMIENTOS Y MAS!

### ACTIVIDADES DEL BEBE

- ESTIMULE EL HABLA NOMBRANDO OBJETOS.
- LÉALE, HABLE Y CÁNTELE AL BEBE
- JUEGUE JUEGOS INTERACTIVOS COMO CUCÚ Y CON JUGUETES QUE HAGAN RUIDO.
- NO PANTALLAS DE TV, IPADS, O TELÉFONOS PARA DISTRAER A SU BEBE

SIGUIENTE VISITA: 12 MESES DE EDAD

PARA MAS INFORMACIÓN, POR FAVOR VISITE

[WWW.HEALTHYCHILDREN.ORG](http://WWW.HEALTHYCHILDREN.ORG)

### MANTENGA A SU BEBE SEGURO

- USE UN ASIENTO INFANTIL ORIENTADO HACIA ATRÁS EN EL CENTRO DEL ASIENTO TRASERO HASTA QUE EL PESO Y LA ALTURA DE SU BEBE SEAN MAYORES QUE LOS LIMITES DE SU ASIENTO DE COCHE.
- CONTINÚE HACIENDO SU HOGAR SEGURO PARA NIÑOS AGREGANDO PUERTAS A LAS ESCALERAS Y CERRADURAS A LOS GABINETES.
- CUBRA LOS ENCHUFES ELÉCTRICOS.
- NO UTILICE ANDADORES PARA BEBES.
- NUNCA DEJE AL BEBE SOLO EN AGUA.
  - EL AHOGAMIENTO PUEDE OCURRIR EN CUALQUIER CANTIDAD DE AGUA EN CUALQUIER ÉPOCA DEL AÑO.
- NO FUME CERCA DEL BEBE – CONSIDERE DEJAR DE FUMAR Y HÁGANOS SABER SI NECESITA AYUDA.
- APLIQUE PROTECTOR SOLAR EN TODAS LAS ÁREAS DEL CUERPO CUANDO PASE TIEMPO AL AIRE LIBRE (SPF 15 O MAS).
- MANTENGA LOS MEDICAMENTOS Y PRODUCTOS DE LIMPIEZA EN GABINETES CERRADOS CON LLAVE.
- LLAME AL CENTRO DE CONTROL DE ENVENENAMIENTO (1-800-222-1222) SI SU BEBE COME UN VENENO, MEDICAMENTOS O ARTÍCULOS DE LIMPIEZA.

### DIENTES SANOS

- NO BIBERONES EN LA CAMA
- NO GELES PARA ADORMECER LA DENTICIÓN
- CEPILLE LOS DIENTES Y LAS ENCÍAS CUANDO VEA EL PRIMER DIENTE DOS VECES AL DÍA CON PASTA DE DIENTES CON FLUORURO EN LA CANTIDAD DEL TAMAÑO DE UN GRANO DE ARROZ
- PRIMERA CITA DENTAL A LOS 12 MESES